

SPIS TREŚCI

1. CHOROBY UKŁADU SERCOWO-NACZYNIOWEGO	9		
1.1. Choroby serca	11		
1.1.1. Arytmia serca	12		
1.1.2. Choroba niedokrwienności serca (choroba wieńcowa)	15		
1.1.3. Niewydolność serca	24		
1.1.4. Zapalenie osierdzia i wsierdzia	28		
1.2. Choroby naczyń krwionośnych	32		
1.2.1. Miażdżycza tętnic	33		
1.2.2. Poszerzone naczynka krwionośne (tzw. pajęczki)	38		
1.2.3. Choroby naczyń kończyn dolnych	41		
1.2.4. Zaburzenia krążenia mózgowego	64		
1.2.5. Żyłaki odbytu	73		
1.2.6. Żyłaki przełyku	78		
1.2.7. Tętniaki	82		
1.3. Inne choroby i dolegliwości układu sercowo-naczyniowego	84		
1.3.1. Nerwica serca	84		
1.3.2. Nadciśnienie tętnicze	88		
1.3.3. Niedociśnienie tętnicze	94		
1.3.4. Nadciśnienie płucne	102		
1.3.5. Naczyniowe powikłania cukrzycy	103		
1.3.6. Objaw Raynauda	106		
1.3.7. Siniaki i krwiaki	109		
1.4. Profilaktyka schorzeń układu sercowo-naczyniowego	112		
1.4.1. Środki stosowane w nadwadze i otyłości	114		
1.4.2. Środki stosowane przy nadmiarze cholesterolu we krwi	121		
1.4.3. Środki stosowane przy nadmiarze homocysteiny we krwi	131		
1.4.4. Stres i roślinne preparaty uspokajające	134		
		1.4.5. Palenie papierosów i środki stosowane w uzależnieniu od nikotyny	137
		1.4.6. Alkohol i postępowanie w uzależnieniu od alkoholu	143
		1.4.7. Nienasycone kwasy tłuszczowe	152
		1.4.8. Błonnik pokarmowy	159
		1.4.9. Antyoksydanty (przeciwutleniające)	162
		1.4.10. Witamina D ₃	175
		1.4.11. Witamina K	176
		1.4.12. Dieta śródziemnomorska i dieta DASH	178
		2. CHOROBY UKŁADU KRWIOTWÓRCZEGO	181
		2.1. Nadkrwistość (czerwieńca)	184
		2.2. Niedokrwistość (anemia)	189
		2.2.1. Niedokrwistość z niedoboru żelaza	191
		2.2.2. Niedokrwistość z niedoboru witaminy B ₁₂ i kwasu foliowego	197
		2.3. Skazy krwotoczne	200
		2.4. Agranulocytoza	206
		3. CHOROBY UKŁADU LIMFATYCZNEGO	209
		3.1. Obrzęk limfatyczny	210
		3.2. Zapalenie węzłów chłonnych	212
		3.3. Zapalenie migdałków podniebiennych	215
		3.4. Powiększenie śledziony	225
		Skorowidz	234